



دانشگاه علوم پزشکی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه برای دریافت درجه

کارشناسی ارشد رشته مشاوره در مامایی

عنوان پایان نامه:

تبیین عوامل موثر بر انجام رفتارهای خودمراقبتی در ماماها

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر آژ

استاد مشاور:

جناب آقای دکتر عظیمیان

نگارنده:

نفیسه اصلان بیگی

تیرماه ۹۸



Qazvin University of Medical Sciences

School of Nursing & Midwifery

Thesis submitted to achieve the Degree of M.Sc.

In

Student at master of science in midwifery counseling

Title:

To explain Factors Affecting Self-Care Behaviors in Midwives

Chief Advisor:

Dr.Azh

Advisor:

Dr.Azzimian

By:

Nafiseh Aslanbeygi

June2019

چکیده

مقدمه: حرفه مامایی یکی از ارکان اصلی سلامت در جامعه است و فشارهای بالقوه جسمی، روحی و روانی بر ماماها وارد می‌کند. این فشارها می‌تواند موجب اختلال در سلامت و عملکرد آنها شود. لذا سلامتی و عملکرد ماماها در خودمراقبتی حائز اهمیت بوده و سبب تاثیر بهتر خدمات ارائه شده و تشویق سایر زنان به انجام رفتارهای بهداشتی خواهد شد. لذا تبیین مفهوم خودمراقبتی از دیدگاه ماماها می‌تواند گامی در جهت ارتقای سلامت آنها و جامعه باشد.

روش: در این تحقیق کیفی با رویکرد تحلیل محتوا، ۲۲ ماما در رنج سنی ۲۴ تا ۴۹ سال، در مصاحبه های عمیق و نیمه ساختاریافته فردی، تجارب خود را در زمینه خودمراقبتی بیان نمودند. نمونه گیری به صورت هدفمند و در سال ۱۳۹۶-۱۳۹۷ انجام شد. در نهایت، داده ها به روش تحلیل محتوای قراردادی تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: یافته ها حول مفهوم فرد محور بودن سلامت شکل گرفت. این درون مایه در ۳ طبقه اصلی و ۱۰ طبقه فرعی شامل نهادینه بودن خودمراقبتی، غربالگریهای سلامت و اقدام برای سلامت تبیین گردید. در مورد عوامل موثر بر انجام رفتارهای خودمراقبتی نیز دو درون مایه (سلامت برآیند خودمراقبتی و درک متفاوت از سلامتی) و ۵ طبقه اصلی از داده های این مطالعه استخراج شدند. طبقات اصلی درونمایه اول شامل تمایل به زندگی سالم، ترجیح پیشگیری بر درمان و بیماری برآیند نقص در مراقبت از خود بود که آگاهی و نگرش مثبت به خودمراقبتی را در میان ماماها تبیین می‌کرد و نمودی از تسهیل کننده های خودمراقبتی می‌باشند. درون مایه درک متفاوت از سلامتی حاصل دو طبقه عدم احساس خطر و بی توجهی به رفتارهای سلامت می‌باشد و موانع موجود در عملکرد ماماها را توجیه می‌کنند.

نتیجه گیری: جهت ارتقای سلامت ماماها، تدوین برنامه های خودمراقبتی خاص این قشر بر اساس مفهوم فرد محور بودن ابعاد سلامت، از سوی سیاستگذاران یک ضرورت بوده که باید با تاکید بر انگیزه ماماها برای خودمراقبتی و موانع موجود شغلی آنها انجام گیرد.

کلید واژه ها: ماما، خودمراقبتی، تحقیق کیفی، رویکرد تحلیل محتوا

Abstract

Introduction: The profession of midwifery is a woman's job, despite having more stressors in physical, mental and psychological aspects. Midwifery is essential for health community. Self-care is important in the health and performances of midwives and it has more impacts on providing services and encouraging women to carry out health behaviors. The purpose of this study to explain Perception of midwives about self-care to improve their health and community.

Method: This study is a qualitative research with content analysis approach. Data had collected by using semi-structured in-depth interviews. Participants were selected by the purposive sampling method. Overall 22 midwives aged 24-49 joined the study and shared their experiences. Collecting samples were continued to saturation. Conventional content analysis method was used to data analysis.

Results: Findings centered around the concept of person-centered health. This was explained in three main categories and 10 sub categories including institutional self-care, health screening and health action. In addition to the factors influencing self-care behaviors, Two themes (Health is the result of self-care and a different understanding of health) with five main categories were extracted from data. The main categories of the first theme included "a desire for healthy living", "the preference of prevention" and "Deficiency in self-care" which explained the facilitators and positive attitude toward self-care. The second theme was extracted from "lack of sense of danger" and "neglecting the health behaviors" that presented the barriers of self-care in midwives.

Conclusion: Midwives need special self-care programs that should be developed by policymakers. These programs are set up based on the motivation and barriers of midwives.

Keywords: Midwife, Self-care, Content analysis